



МБОУ г. Керчи РК
 «Школа №1 имени Героя
 Советского Союза Е.И. Деминой»
 Л.И. Тютюнник

04.06.2026

Неделя: 1 ДЕНЬ: 4 (четверг)

Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ЗАВТРАК						
Каша молочная жидкая пшеничная	210	4,59	1,31	31,26	187,00	199
Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136,00	1
Чай с сахаром	180/10/7	0,12	0,02	10,20	41,00	411
Итого за завтрак	447	7,16	8,88	56,08	364,00	
II ЗАВТРАК						
Молоко кипяченое	180	5,48	4,88	9,07	102,00	419
Итого за II завтрак	180	5,48	4,88	9,07	102,00	
ОБЕД						
Салат из белокочанной капусты	60	0,84	3,04	5,19	51,54	21
Суп картофельный с бобовыми	200	4,39	4,22	13,06	107,80	87
Птица. тушеная в соусе с овощами	230	12,32	3,02	20,88	160,00	319
Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,49	87,84	390
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,40	
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	60,90	
Итого за обед	745	23,16	11,24	91,63	562,48	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ						
Икра кабачковая	60	0,72	2,62	4,62	47,00	57
Макароны, отварные с сыром	150	9,29	10,01	22,71	218,00	220
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,46	37,89	411
Хлеб пшеничный	22	1,74	0,22	10,63	51,92	
Хлеб ржаной	34	2,24	0,41	11,36	59,16	
Итого за полдник	446	14,05	13,28	58,78	413,97	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1818	49,85	38,28	215,56	1442,45	